

Vyrobte si vlastní přírodní osvěžovač vzduchu. Snadno a za pár korun



Jestli chcete, aby vám to doma nebo v autě pěkně vonělo, a navíc bez chemických přísad, můžete si vyrobit vlastní osvěžovač vzduchu. A nebude vás to...

Kdo by nevyužíval osvěžovač vzduchu? Doma zařídí, že to bude krásně vonět. A perfektně si poradí i s prostorem auta. Jenže osvěžovače vzduchu, které jsou běžně k mání v obchodech, jsou plné chemie a zbytečně drahé. Poradíme vám, jak si snadno vyrobit přírodní osvěžovač vzduchu.

Čerstvý vzduch i vůně by bezesporu měla být součástí každého domova. Jde o maličkost, která udělá hodně. Osvěžovač vzduchu zařídí příjemné prostředí. A podle toho, jaké vůně využijeme, tak se budeme i cítit. Vůně totiž naše rozpoložení značně ovlivňují. A tak nám osvěžovač vzduchu může zajistit i dobrou náladu.

Osvěžovač vzduchu za pár korun

Jestli chcete, [aby vám to doma nebo v autě pěkně vonělo](#), a navíc bez chemických přísad, můžete si vyrobit **vlastní osvěžovač vzduchu**. A nebude vás to stát ani příliš času, ani peněz. Navíc osvěžovač vzduchu **zvládnete hravě sami vyrobit** i v případě, že nejste příliš zruční.

Osvěžovač vzduchu umí (téměř) zázraky

Pamatujte na to, že **vnitřní prostředí obytných budov má významný vliv na zdraví**. I kvalitu našeho života. Aby to u vás **doma pěkně vonělo**, je také třeba dodržovat zásady, bez kterých ani **osvěžovač vzduchu neudělá zázraky**. Například pravidelné větrání. Každé ráno bychom měli alespoň **pět minut větrat průvanem** v celém bytě či domě.

Syndrom nemocných budov: Jak může osvěžovač vzduchu pomoci?

Moderní budovy **nejsou pro naše zdraví příliš vhodné**. Přitom v nich musíme trávit velmi mnoho času. Minimálně osm hodin v práci, někdy déle. Jenže bylo i **vědecky prokázáno, že moderní technologie stavitelství mohou mít vliv na kvalitu vnitřního prostředí**. Zde sice osvěžovač vzduchu zázraky neudělá, ale **může nám pomoci cítit se lépe**. A rozhodně bude lepší volbou využít v práci **přírodní osvěžovač vzduchu** než běžně používané chemické vůně. Uvnitř budov se **může skrývat spousta škodlivin** - ftaláty, organické a těkavé látky, formaldehyd, kosmetické a čisticí přípravky a mnoho dalších. Nutným prostředkem k zajištění optimální kvality vzduchu ve vnitřním prostředí je proto **větrání**. To má obrovský vliv na zdraví i pohodu osob uvnitř budovy. **Přírodní osvěžovač vzduchu** pak může náladu jen vylepšit.

Osvěžovač vzduchu zajistí svěží vůni

Chcete-li přírodní osvěžovač vzduchu, který **zajistí dobrou náladu a odstraní únavu**, pak sáhněte po silicích z grapefruitu a citrónu. **Na přírodní osvěžovač vzduchu budete potřebovat** jednu čajovou lžici lihu (může být i vodka), deset kapek **grepfruitové silice** a patnáct kapek **citrónové silice**. Vše důkladně promíchejte a nalijte do lahvičky o objemu 500 ml. Dolijte čistou vodou. Na **přírodní osvěžovač vzduchu** nasadte rozprašovač a používejte dle potřeby.

Přírodní osvěžovač vzduchu: Vůně lesa do města

Pro **relaxační vůni přírody** můžete smíchat **silice z jehličnanů**. Takový přírodní osvěžovač vzduchu pak vyrobíte opět z jedné lžice lihu. Do ní přidejte **deset kapek z borovice nebo jedle**, deset kapek **jalovce a deset kapek z cedru**. Promíchejte a nalijte opět do lahve s objemem 500 ml. Dolijte vodou, připevněte rozprašovač a **můžete používat dle potřeby**.



Mimochodem, jehličnany jsou skvělé i v případě, že máte doma **krbová kamna**. Při přikládání kápněte na poleno **pět kapek silice**. Během chvilky se místností budou linout velmi příjemná vůně. **Krom jehličnanů můžete pro tento účel využít i služeb šalvěje nebo rozmarýnu.**

Osvěžovač vzduchu do bytu

Do domácnosti se velmi hodí citrusy. Je to **nejlepší osvěžovač vzduchu**. Pohlcuje výpary z vaření, likviduje případné viry v ovzduší a **pohlcují nepříjemný zápach**. Domácí přírodní osvěžovač vzduchu však může být nejen z citrusy, ale pokud uklízíte **například koupelnu** či toaletu, můžete přidat i několik kapek **eukalyptové silice**. A bude mít zároveň vydezinfikováno. Silice můžete přidávat i přímo do vody, kterou omýváte například umyvadlo nebo wc.

Přírodní osvěžovač vzduchu na plotnu

Při vaření pak můžete jednoduše vyrobit **parní osvěžovač vzduchu**. Do kastrolu dejte citrón nebo pomeranč a přidejte i skořici, hřebíček nebo několik lístků máty. **Nechte povařit**. Směs krásně provoní celou kuchyň a **zároveň odstraní nežádoucí zápach**.